

## POTÊNCIA ANAERÓBICA ALÁTICA EM JOGADORES PROFISSIONAIS DE FUTEBOL

**Autores:** BASÍLIO, Cléber da Silva;

BATISTA, Leonardo de Lima;

VILELA, Renan Santoro de Almeida.

**Orientador:** FERREIRA JUNIOR, Daniel Alves.

### RESUMO

O futebol é uma modalidade esportiva que apresenta difícil percepção em relação a sua caracterização quanto ao esforço físico requerido. Isto porque apesar do tempo de jogo ser prolongado, o que poderia indicar uma forte predominância da utilização do sistema aeróbio, porém as principais ações executadas durante a partida, são atividades anaeróbias como sprints em um contra-ataque, ou para antecipar um passe adversário. Sabendo que cada posição executa funções específicas, o objetivo do estudo foi analisar a potência anaeróbica alática de membros inferiores (PAAMI) em jogadores de futebol observando se há diferenças significativas nos resultados de acordo com as posições de atuação dos jogadores. O teste foi realizado em um campo de futebol. Usando uma trena de 50 m, um cronômetro e uma balança de precisão 0,1 Kg. A amostra voluntária, composta de jogadores (N=27) de uma equipe da 2ª divisão de profissionais (RJ) divididos em 5 grupos de acordo com a posição, assim os grupos são: GOLEIROS (G=4), ZAGUEIROS (Z=4), LATERAIS (L=6), MEIO-CAMPO (M=8) e ATACANTES (A=5). O Instrumento utilizado foi o Flegner Power Test (1983) unipodal, cujo objetivo é mensurar a PAAMI. O teste consiste em 6 saltos consecutivos, no menor tempo possível, no limite máximo de 10 (s). Realizando 3 tentativas com cada uma das pernas e registrando-se a melhor. Obtém-se o resultado, medindo a distância entre a partida e o último contato do pé com o solo em (m), e o tempo gasto em (s). Registrados os dados utilizou-se a fórmula:  $UPAA = P(kg) \times D(m)/T(s)$ . Os resultados foram: Grupo G, 275,38; Z, 275,11; L, 237,34; M, 237,82; A, 257,63. Através dos

resultados obtidos, percebe-se que houve pouca variação entre as médias de todos os grupos. Destacam-se as médias dos grupos GOLEIROS e ZAGUEIROS, que se apresentaram um pouco mais elevadas que as demais, havendo também uma diferença muito pequena entre LATERAIS e MEIO-CAMPO. Esta diferença pode ocorrer de acordo com a função exercida por cada posição. Pode-se considerar também que os jogadores acabam sendo deslocados para determinada posição em virtude de suas características físicas, ou seja, o jogador atua em determinada posição, pois suas características permitem que tenha melhor desempenho naquela posição, ao invés de terem suas características influenciadas pela sua posição e função na equipe.

**Palavras-chave:** Potência anaeróbia alática; posição; função específica.